

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
03	04	05	06	07
Crema de carbassó	Sopa casolana de verdures amb cigrons	Mongetes tendres eco amb patates al vapor	Arròs tres delícies	Pèsols amb patates saltats
Llaços bolonyesa	Carn magra al forn/planxa	Cuixetes de pollastre al forn	Lluç al forn amb ceba, tomàquet i llit de patates	Truita de carbassó
-	Enciam i tomàquet	Amanida mesclum amb blat de moro i olives verdes	-	Enciam i pastanaga
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i flam de vainilla	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca
10	11	12	13	14
Hot poke (arròs integral, remenat d'ou, salmó i maionesa) 	Crema de temporada (moniato, carbassa i porro)	Llenties estofades amb verdures	Macarrons integrals napolitana	Bròquil eco al vapor amb patates
Croquetes de pernil	Contraçuixa de pollastre al forn/planxa	Salsitxes al forn/planxa	Gall sant pere al forn/planxa	Truita de formatge
Enciam i blat de moro	Patata panadera al forn	Enciam i olives	Enciam i pastanaga	Enciam i tomàquet
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i iogurt sabor	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca
17	18	19	20	21
Tallarines al pesto	Crema de carbassó	Mongetes seques estoafades amb patates	Sopa casolana d'au amb galets	Crema de cigrons
Salsitxes d'au al forn/planxa	Arròs melós de peix i marisc	Truita francesa	Lluç al forn/planxa	Cuixetes de pollastre al forn
Enciam i blat de moro	-	Enciam i tomàquet	Samfaina	Enciam i olives
Pa blanc/integral i natilles de xocolata	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca eco	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca
24	25	26	27	28
Arròs amb salsa de tomàquet	Cigrons estofats amb pastanaga	Mongetes tendres eco amb patates al vapor	Fideuà de peix	Coca casolana de recapte
Truita de formatge	Lluç al forn amb ceba, tomàquet i llit de patates	Cuixetes de pollastre al forn	Carn magra al forn/planxa	Mongetes seques saltades amb ceba i pastanaga
Enciam i olives	-	Enciam i tomàquet	Enciam i pastanaga	-
Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i fruita fresca	Pa blanc/integral i iogurt natural	Pa blanc/integral i fruita fresca
01	02	03	04	05



La ruta saludable

El nostre viatge d'aprenentatge diari cap a una vida més saludable, inclusiva i sostenible

01 Salut

Menjar bé avui, créixer fort demà! Aprenem hàbits saludables per a tota la vida.

03 Sostenibilitat

No es desaprofita res! Aprenem a reciclar i tenir cura del planeta amb cada mos.

02 Convivència

A la taula, som un equip! Aprenem a conviure, respectar i celebrar la diversitat.

04 Joc














Aprende jugant és més divertit! El migdia és el nostre moment per riure i descobrir junts.

RECOMANADOR DE SOPARS

PRIMERS PLATS

 Si a l'escola el primer plat era...	 Per sopar pot ser...
 Verdura	 Pasta/Arròs
 Pasta/Arròs	 Verdura
 Llegums	 Verdura  Pasta/Arròs

SEGONS PLATS

 Si a l'escola el segon plat era...	 Per sopar pot ser...
 Ou	 Carn  Peix
 Peix	 Ou  Carn
 Llegums	 Peix  Ou
 Carn	 Ou  Peix

 Fruita	 Lacti
--	---

Pots consultar la declaració d'al·lèrgens per plats en el llistat adjunt a aquest menú.